

# TEAM DANMARK TRIVSELSUNDERSØGELSE 2023

Rapport om de Team Danmark-støttede atlethers trivsel og mentale sundhed

Rapport / Marts 2024



Mette Eske &  
Rasmus K. Storm



Idrættens  
**Analyseinstitut**



# TEAM DANMARK TRIVSELSUNDERSØGELSE 2023

**Titel**

Team Danmark trivselsundersøgelse 2023. Rapport om de Team Danmark-støttede atlethers trivsel og mentale sundhed

**Forfatter**

Mette Eske & Rasmus K. Storm

**Rekvirent**

Team Danmark

**Layout**

Idrættens Analyseinstitut

**Forsidefoto**

Yellows for Team Danmark

**Udgave**

1. udgave, Aarhus, marts 2024

**Pris**

Rapporten kan downloades gratis i vidensbanken på [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

**ISBN**

978-87-94468-11-4 (pdf)

**Udgiver**

Idrættens Analyseinstitut  
Frederiksgade 78B, 2.  
DK-8000 Aarhus C  
T: +45 3266 1030  
E: [idan@idan.dk](mailto:idan@idan.dk)  
W: [www.idan.dk](http://www.idan.dk)

Gengivelse af denne rapport er tilladt med tydelig kildehenvisning.

# Indhold

Resumé .....	6
Atleternes generelle trivsel .....	6
Grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter.....	6
Overvejelser vedr. karrierestop.....	7
Indledning, baggrund og datagrundlag .....	8
Rapportens opbygning og indhold .....	10
Datagrundlag.....	10
1. Atleternes generelle trivsel .....	12
2. Atleternes daglige træningsmiljø.....	15
3. Atleternes trænere og ledere .....	18
4. Atleternes hverdagsliv .....	21
5. Grænseoverskridende og problematisk adfærd i eliteidrætten .....	24
Problematiske konflikter .....	26
6. Overvejelser om elitekarrierestop.....	29
Bilag 1: Undersøgelsens datagrundlag .....	32
Bilag 2: Øvrige tabeller .....	34

## Resumé

Idrættens Analyseinstitut (Idan) fremlægger hermed resultaterne af Team Danmark trivselsundersøgelse 2023. Det er den tredje af sin slags og søger at give et overordnet billede af danske Team Danmark-atleters trivsel med udgangspunkt i en nuanceret model om mental sundhed og trivsel, som er udviklet af Team Danmarks stab af sportspsykologer.

Undersøgelsen dækker alle eliteatleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, via en spørgeskemaundersøgelse gennemført i perioden medio november 2013 til medio februar 2024.

### Atleternes generelle trivsel

Resultaterne viser, at de danske atleter over en bred kam trives og har det godt. Som det var gældende i undersøgelsen fra 2022, har atleterne gode relationer til deres trænere og ledere og er tilfredse med deres respektive træningsmiljøer. Det generelle billede er desuden, at de danske eliteatleter har et sundt og godt hverdagsliv. Overordnet set er det ikke sket nævneværdige udsving i atleternes trivsel siden undersøgelsen i 2022.

Atleternes trivsel kommer blandt andet til udtryk ved, at 84 pct. af atleterne er 'meget enige' eller 'enige' i, at de overordnet set – i løbet af det seneste år – har været i stand til at håndtere udfordringer, de har mødt. Tilsvarende har 89 pct. haft en hverdag fyldt med ting, der interesserer dem.

Når det gælder atleternes daglige træningsmiljø svarer 89 pct. af atleterne, at de er 'meget enige' eller 'enige' i, at de – inden for det seneste år – har følt sig trygge i det daglige træningsmiljø. Tilsvarende svarer 88 pct. af atleterne, at de har en god relation til andre atleter, der er en del af deres daglige træningsmiljø.

Der er også atleter, der ikke har haft det optimalt i denne kontekst, men det er få. F.eks. svarer blot 3 pct. 'uenig' eller 'meget uenig' til, at de har følt sig trygge i træningsmiljøet.

Hvad angår forholdet til trænere og ledere viser årets resultater, at 84 pct. af atleterne er 'meget enige' eller 'enige' i, at de har et godt forhold til deres nærmeste træner, mens 79 pct. på samme måde har en træner, der har forståelse for deres liv uden for sporten.

Som det var tilfældet i 2022- og 2021-undersøgelsen, stikker særligt ét forhold ud: Der er væsentligt færre atleter, der er enten 'enige' eller 'meget enige' i, at den sportslige ledelse tager hånd om u hensigtsmæssig adfærd i gruppen, de er en del af, end det er tilfældet på de øvrige spørgsmål på dette område.

### Grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter

Et fokuspunkt i trivselsundersøgelserne har været spørgsmålet om grænseoverskridende adfærd. I 2021-undersøgelsen fremgik det således, at 22 pct. i varierende udstræk – og inden for det seneste år – havde oplevet grænseoverskridende adfærd. I 2022-undersøgelsen

var dette tal faldet til 17 pct. I 2023-undersøgelsen ligger andelen af atleter, der har oplevet for grænseoverskridende adfærd på nogenlunde samme niveau (15 pct.).

Karakteren af den grænseoverskridende adfærd koncentrerer sig om nedladende kommentarer, nedvurderinger, kommentarer om krop og vægt fra trænere, ledere og andre atleter. Det sker dog sjældent - og for få.

Kun 1 procent af atleterne oplever eksempelvis grænseoverskridende adfærd dagligt eller ugentligt. Langt de fleste af de atleter, der oplever grænseoverskridende adfærd, oplever det sjældnere end månedligt.

Som også påpeget i undersøgelsen fra 2022 er en positiv udlægning af tallene, at der siden første trivselsundersøgelse i 2021 er sket forbedringer i adfærdskulturen i eliteidrætten herhjemme. Samtidig er grænseoverskridende adfærd langt fra noget, majoriteten af de danske atleter oplever.

En mere negativ udlægning af tallene er, at der stadig er problemer, der skal adresseres. Noget tyder herunder på, at det især er forholdet mellem atleterne, der skal arbejdes med.

Årets undersøgelse indeholder som i 2022 nogle spørgsmål angående problematiske konflikter, som atleterne måtte have oplevet. Her er der tale om 'mildere' konfliktforhold end egentlig grænseoverskridende adfærd, men det er alligevel problematikker, der f.eks. kan påvirke atleternes trivsel eller deres præstationer.

Årets undersøgelse viser, at 36 pct. svarer, at de på et tidspunkt i løbet af året har oplevet problematiske konflikter med enten andre atleter, trænere, ledere eller staben. Set i forhold til undersøgelsen fra 2022 er niveauet nogenlunde tilsvarende (35 pct.)

Dette indikerer, at der er en problematik, man fortsat bør være opmærksom på. Dog angiver atleterne, at problematiske konflikter i hovedsagen opstår sjældent.

## Overvejelser om karrierestop

Det øgede fokus på atlethers mentale trivsel skal blandt andet være med til at fastholde dem i elitesporten på længere sigt. Atleternes svar på spørgsmål om overvejelser vedrørende karrierestop kan samtidig give indblik i, om atleterne trives i deres elitesportskarriere.

Svarerne på spørgsmålene vedrørende karrierestop viser overordnet set, at 59 pct. af atleterne har overvejet at stoppe med deres elitesport inden for det seneste år, hvilket er en stigning siden 2022 (55 pct.). Økonomi og manglende motivation er de udfordringer, der giver flest atleter anledning til at overveje at indstille elitesportskarrieren. Det indikerer, at der fortsat er grund til at fokusere på atleternes forhold.

# Indledning, baggrund og datagrundlag<sup>1</sup>

Mental sundhed og trivsel i dansk eliteidræt har gennem de senere år fået øget opmærksomhed. Formålet med denne trivselsundersøgelse er at danne et overordnet billede af den aktuelle trivselssituation blandt de atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept. Det sker konkret gennem et spørgeskema udsendt til alle støttede atleter opdelt i en række tematiske nedslagspunkter.

Spørgsmålene under de enkelte temaer er udviklet i samarbejde med Team Danmark og organisationens sportpsykologiske stab, og tager udgangspunkt i en konceptuel model vedrørende mental sundhed og trivsel, som Team Danmark arbejder med i det daglige.

Modellen er illustreret i figur 1 og opererer med fire niveauer:

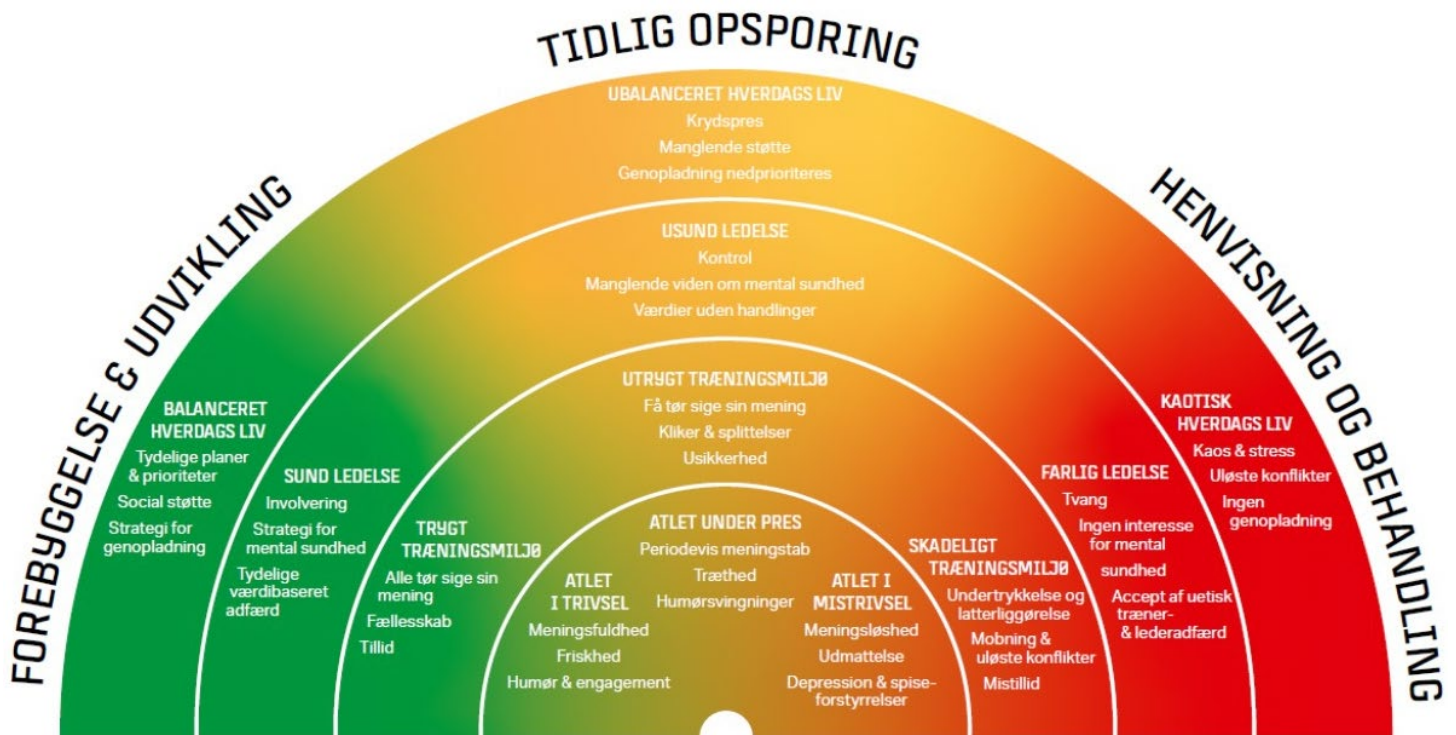
1. **Atlet:** Atleten ligger i centrum af modellen, som er omgivet af de tre andre niveauer. På dette niveau kan atleterne trives; deres trivsel kan være under pres, eller de kan mistrives som resultat af forholdene på de øvrige niveauer.
2. **Træningsmiljø:** Atleterne er næsten altid en del af et nært træningsmiljø sammen med hold- eller træningskammerater, som i nogle situationer også er deres konkurrenter. Der er mange faktorer i et træningsmiljø, som kan påvirke atleternes mentale sundhed og trivsel, og derfor kan træningsmiljøet være støttende, uengageret eller skadeligt.
3. **Ledelse:** Atleternes trænere og ledere spiller en vigtig rolle i at skabe et sundt miljø, og derfor kan den sportslige ledelse være sund, usund eller decideret farlig for atleternes trivsel.
4. **Hverdagsliv:** Atleterne befinder sig tit i en travl hverdag med mange bolde i luften, hvor de skal være i stand til at kombinere sport, uddannelse, arbejde, økonomi, familieliv og andre sociale relationer. Derfor er der også mange personer, som spiller en rolle i atletens mentale sundhed og trivsel (f.eks. lærere, venner, kæreste, børn, forældre, arbejdsgiver, osv.). En atlets hverdag kan være balanceret, ubalanceret eller kaotisk.

---

<sup>1</sup> Denne rapport er bygget op om samme undersøgelsesdesign som de tilsvarende trivselsundersøgelser, der blev offentliggjort i 2022 og 2023. Rapporten gentager derfor i vid udstrækning tekst - med nødvendige justeringer på baggrund af årets resultatdata - fra de tidligere rapporter, hvortil der er i øvrigt henvises. De tidligere trivselsundersøgelser kan downloades fra [www.idan.dk](http://www.idan.dk) eller [www.teamdanmark.dk](http://www.teamdanmark.dk).



Figur 1: Model for mental sundhed



Kilde: Team Danmark

På alle fire niveauer er der tre farver, som repræsenterer forskellige grader af mental sundhed – fra trivsel til mistrivsel:

- **Grøn - trivsel:** Atleten er en del af et sundt træningsmiljø med sund sportslig ledelse og har en balanceret hverdag.
- **Gul - under pres:** Atleten er en del af et uengageret træningsmiljø med usund ledelse og har en ubalanceret hverdag.
- **Rød - mistrivsel:** Atleten er en del af et skadeligt træningsmiljø med farlig ledelse og har en kaotisk hverdag.

En atlets trivsel eller mentale sundhed er en dynamisk størrelse, hvor atleten over et tidsforløb kan bevæge sig mentalt og trivselsmæssigt i forskellige farvezoner. Dynamikken kan endvidere bestå i, at det kan ske på tværs af de skitserede niveauer. F.eks. kan atleten opleve et velfungerende hverdagsliv, men samtidig være i et usundt træningsmiljø. Eller omvendt.

Det er desuden naturligt i en tilværelse som eliteatlet, at man f.eks. til tider kan opleve fravær af mening eller forskellige grader af glæde ved sin tilværelse. Derfor opstår der primært mentale og trivselsmæssige problemstillinger, hvis atleterne gennem længere tid bevæger sig i de gule (under pres) og røde zoner (mistrivsel) af modellens niveauer.

## Rapportens opbygning og indhold

Rapportens fire første hovedafsnit belyser på baggrund af modellens tilsvarende niveauer atleternes tilstand med henblik på at spore, hvordan atleterne som gruppe overordnet trives. Det sker i afrapporteringen ved at angive farvezoner, hvor farveskalaen går fra grøn, der modsvarer (højere) grad af trivsel, til rødligere farver, der modsvarer mindre grad af trivsel. Den gule farve svarer til den pressede situation.

I undersøgelsen spørges der til atleternes overordnede oplevelse af en række forhold 'inden for det seneste år'. Derved forsøges atleternes trivsel at blive afdækket på en måde, der bedst favner dynamikken i deres tilværelse. Tilgangen er at identificere problemstillinger, der er mere vedvarende end dem, der er korte og midlertidige.

Det er i den forbindelse vigtigt at understrege, at afrapporteringen ikke udtrykker et forsøg på at 'diagnosticere' atletgruppen i klinisk forstand. Det er modellen eller undersøgelsesdesignet ikke i stand til.

Der er, som nævnt ovenfor, tale om et generelt undersøgelsesværktøj, der – på et så kvalificeret grundlag som muligt – søger at vurdere atletgruppens overordnede mentale trivselsniveau, så Team Danmark og organisationens sportspsykologiske stab kan arbejde videre med at håndtere de identificerede problemstillinger i nærmere bestemt omfang.

Designet muliggør desuden, at undersøgelsen kan gentages i fremtiden med henblik på at vurdere, om der er sket en udvikling til det værre eller bedre i atleternes trivsel.

Udover de fire hovedtemaer indeholder undersøgelsen også nogle konkrete spørgsmål om, hvorvidt atleterne har oplevet grænseoverskridende adfærd fra andre atleter, trænere, ledere mv. Det sker med henblik på at få et indblik i, hvorvidt der i den henseende er tale om et generelt problem i dansk eliteidræt. Ydermere spørges der til problematiske konflikter, der er 'mildere' former for adfærdsproblematikker, der kan opstå mellem atleterne og de mennesker, der møder i deres hverdag.

Endelig spørger undersøgelsen til, om atleterne har overvejet at stoppe pga. en række konkrete årsager – f.eks. økonomi, skader eller sygdom, manglende motivation eller lignende.

## Datagrundlag

Trivselsundersøgelsen blandt atleterne er gennemført fra 20. november 2023 til 16. februar 2024. Undersøgelsen omfatter et spørgeskema, som er udsendt til samtlige 1.246 atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept. 52 pct. af atleterne har besvaret spørgeskemaet, hvilket er på niveau med undersøgelsen fra 2022.

I forhold til 2022-undersøgelsen er enkelte spørgsmål justeret med henblik på at få mere præcise svar.<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Det gælder primært spørgsmålet om grænseoverskridende adfærd, hvor formuleringen i 2023 er "Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd fra...". I 2022 var formuleringen: "Har du inden for det seneste år oplevet grænseoverskridende adfærd fra...". Det sker med henblik på at præcisere, at der spørges til om atleten *selv* er blevet udsat for grænseoverskridende adfærd. Ikke om atleten har oplevet, at andre er blevet udsat for noget, der er grænseoverskridende.

Svarsamplet er repræsentativt for hele atletgruppen, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, dog med visse afvigelser i enkelte undergrupper. I bilag 1 præsenteres en kort analyse heraf. I bilag 2 findes desuden alle gennemsnitsværdier på de stillede spørgsmål i tabeloversigtsform.

# 1. Atleternes generelle trivsel

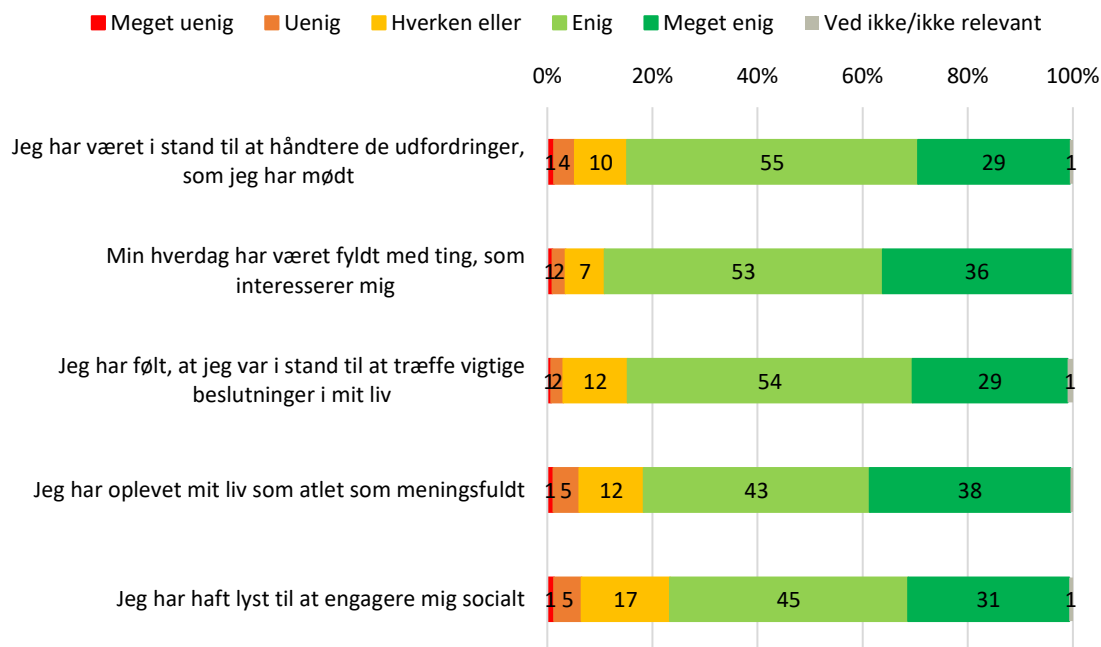
Det fremgår af figur 2, at langt de fleste atleter har det godt (grønlig zone). F.eks. er det 84 pct. af atleterne, der er 'meget enige' eller 'enige' i, at de overordnet set – i løbet af det seneste år – har været i stand til at håndtere udfordringer, de har mødt. Tilsvarende har 89 pct. haft en hverdag fyldt med ting, der interesserer dem.

Atleternes besvarelser indikerer endvidere, at nogle ikke har været i stand til at træffe vigtige beslutninger i deres liv eller ikke oplever, at deres liv som atlet er meningsfuldt. Det er dog få, der befinder sig i den rødlige zone på de stillede spørgsmål. Eksempelvis er det blot 6 pct. der er 'meget uenige' eller 'uenige' i, at de har haft lyst til at engagere sig socialt.

Endvidere er der under 1 pct. af atleterne (i alt fire), der har svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål, og blot to atleter i samplet, der har svaret 'meget uenig' til alle fem spørgsmål.

Atleternes generelle trivsel ser ikke ud til at være forskellig på tværs af de enkelte atletkategorier (brutto- elite- eller verdensklasseatleter), eller på tværs af atleter, der dyrker de store holdsportsgrene (fodbold, håndbold og ishockey) set i forhold til dem, der dyrker de øvrige idrætter. Der kan endvidere ikke ses mærkbare udsving i trivslen for hele gruppen – og over alle spørgsmål – siden 2022 (se bilag 2, tabel 3).

Figur 2: Atleternes generelle trivsel (pct.)



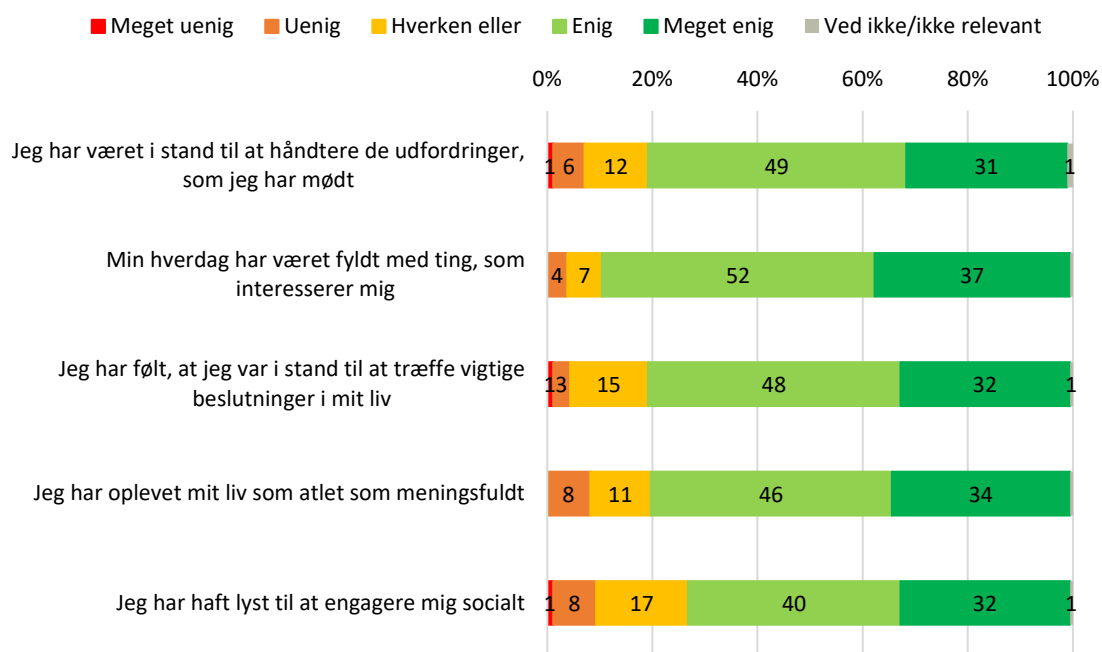
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=686).

Atleterne er blevet spurgt til, hvorvidt deres primære træningsmiljø er i regi af forbundet, dvs. på elitecenter, kraftcenter eller lignende, eller i egen klub. Opdeler man svarerne efter

det primære træningsmiljø, fremkommer der nogle mindre forskelle. Det fremgår af figur 3 og 4.

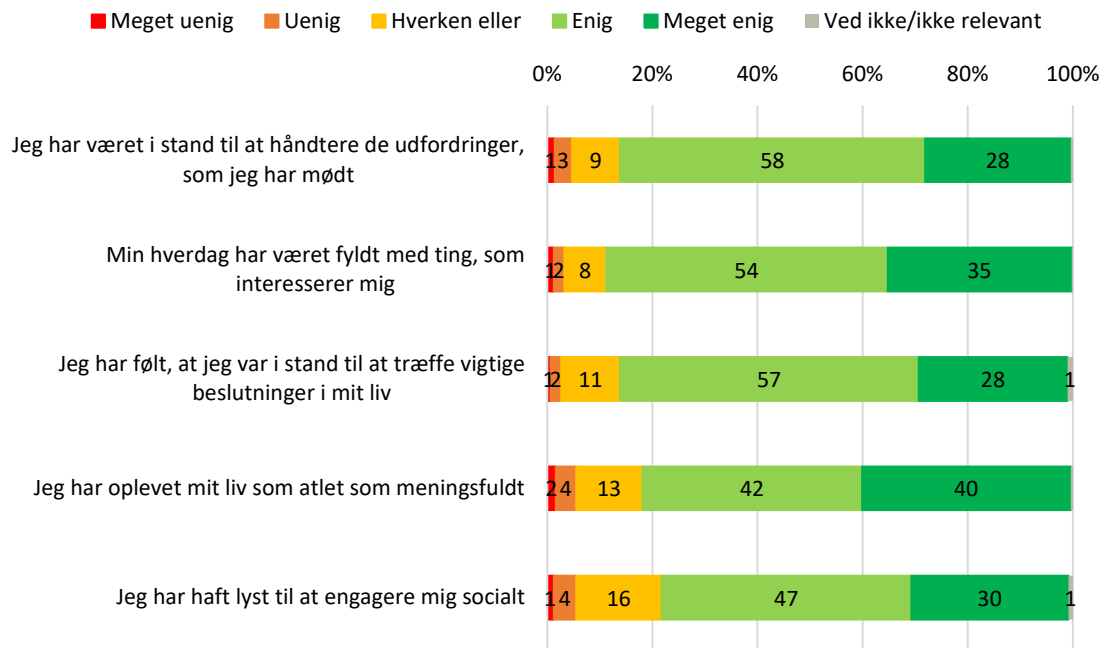
Det kan ses, at atleter, der har deres primære træningsmiljø i klubregi, i lidt større udstrækning er 'enige' eller meget 'enige' i de fem spørgsmål – set i forhold til atleter, der primært træner i forbundsregi. Tilsvarende svarer atleter, der primært træner i forbundsregi, at de er mere 'ueninge' eller 'meget ueninge' i de fem spørgsmål end de, der primært træner i klubregi.

**Figur 3: Atleternes generelle trivsel – blandt atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=183).

**Figur 4: Atleternes generelle trivsel – blandt atleter, hvis træning primært foregår i deres klub (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres klub (n=491).

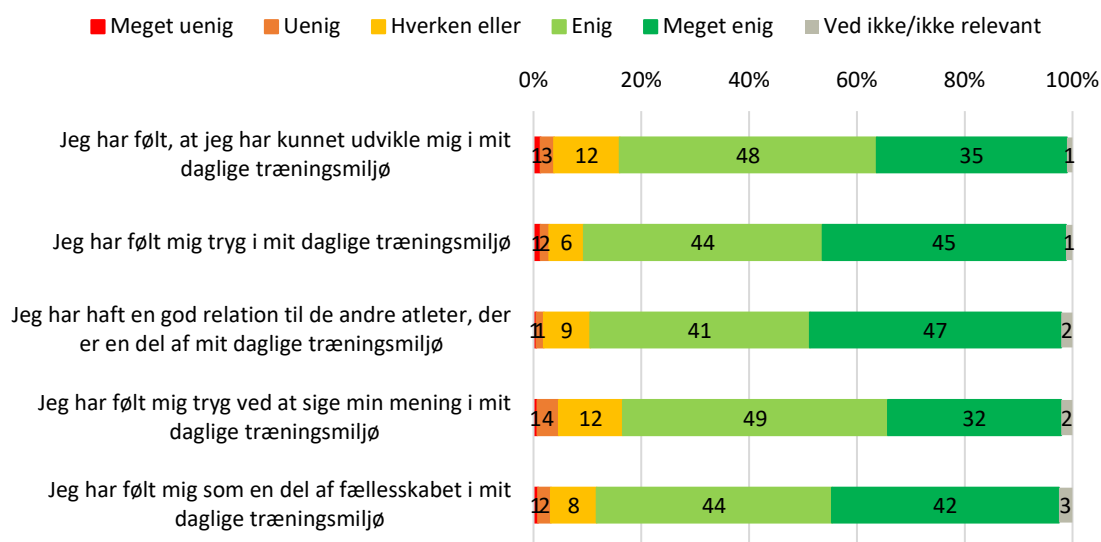
## 2. Atleternes daglige træningsmiljø

Atleternes mentale sundhed og trivsel påvirkes, som nævnt, af de miljøer og omverdensbetingelser, atleterne indgår i. God trivsel hænger sammen med et godt omverdensmiljø, og omvendt er mistroivsel forbundet med udfordringer, som atleten oplever i dagligdagen.

Det kan ses af figur 5, at størstedelen af atleterne har et udviklende og trygt dagligt træningsmiljø, der er inkluderende med venskaber og støtte (grøn zone). 89 pct. af atleterne er eksempelvis 'meget enige' eller 'enige' i, at de – inden for det seneste år – har følt sig trygge i det daglige træningsmiljø. Tilsvarende svarer 88 pct. af atleterne, at de har en god relation til andre atleter, der er en del af deres daglige træningsmiljø.

Der er dog også tegn på, at nogle atleter ikke har det optimalt, men få atleter er i den rødlige zone set over de fem spørgsmål på dette niveau i trivselsmodellen (træningsmiljø). F.eks. svarer blot 3 pct. 'uuenig' eller 'meget uuenig' til, at de har følt sig trygge i det daglige træningsmiljø. Tilsvarende er blot 5 pct. ikke trygge ved at sige deres mening, mens 4 pct. ikke føler, at de kan udvikle sig. Endelig føler 3 pct. sig ikke som en del af fællesskabet i deres daglige træningsmiljø.

Figur 5: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=675).

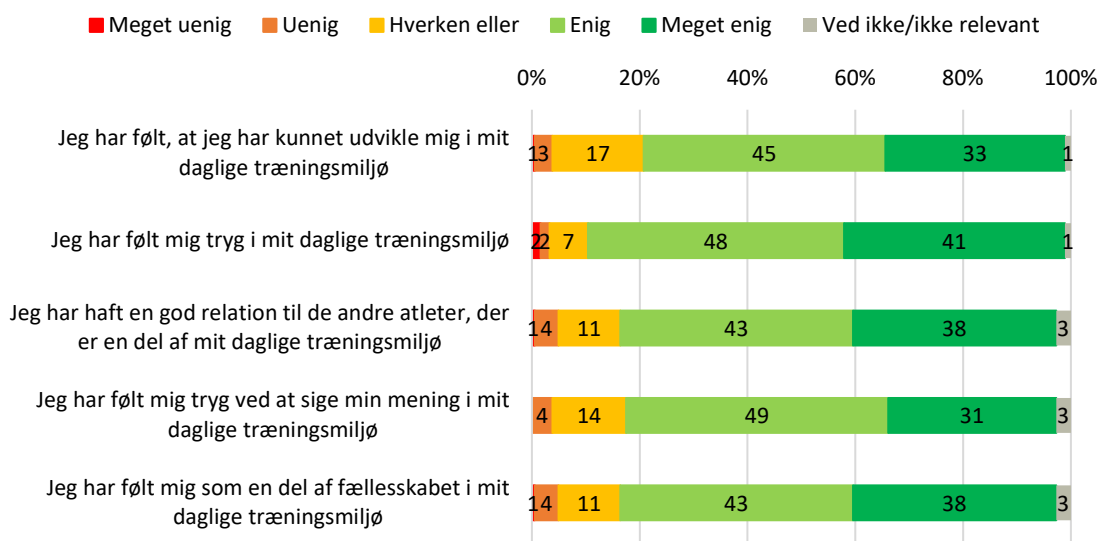
Mere konkret er der knap 0,5 pct. af atleterne (i alt tre) svaret 'meget uuenig' eller 'uuenig' på alle fem spørgsmål. Der er blot én atlet i svarsamplet, der har svaret 'meget uuenig' til alle fem spørgsmål.

Når man kigger på tværs af de fem spørgsmål, er tilfredsheden meget ens for såvel brutto- og elite-, elite- som verdensklasseatleter. Det samme gælder, når man deler atleterne op i sportsgrene inden for de store holdsportsgrene (fodbold, håndbold og ishockey) og resten

(se bilag 2, tabel 4). I forhold til undersøgelsen i 2022 er niveauerne på de enkelte spørgsmål meget ens.

Opdelt på hvor atleterne har deres daglige træningsmiljø, fremgår det, at atleter, der primært har træningsmiljø i klubberne, i størst udstrækning svarer 'enig' eller 'meget enig' på de fem spørgsmål. Det kan ses i figur 6 og 7.

**Figur 6: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø – blandt atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (pct.)**

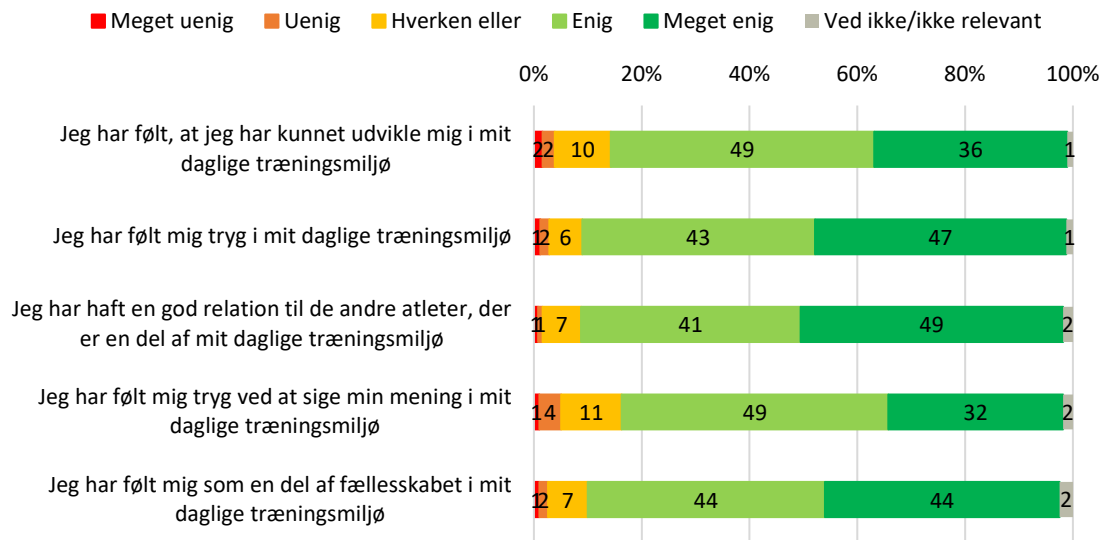


Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=183).

Tilsvarende er der en lidt større andel af atleter med primært træningsmiljø i regi af forbundet, der placerer sig i den mere gullige og rødlige zone af svarkategorierne.



**Figur 7: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø – blandt atleter, hvis træning primært foregår i deres klub (pct.)**



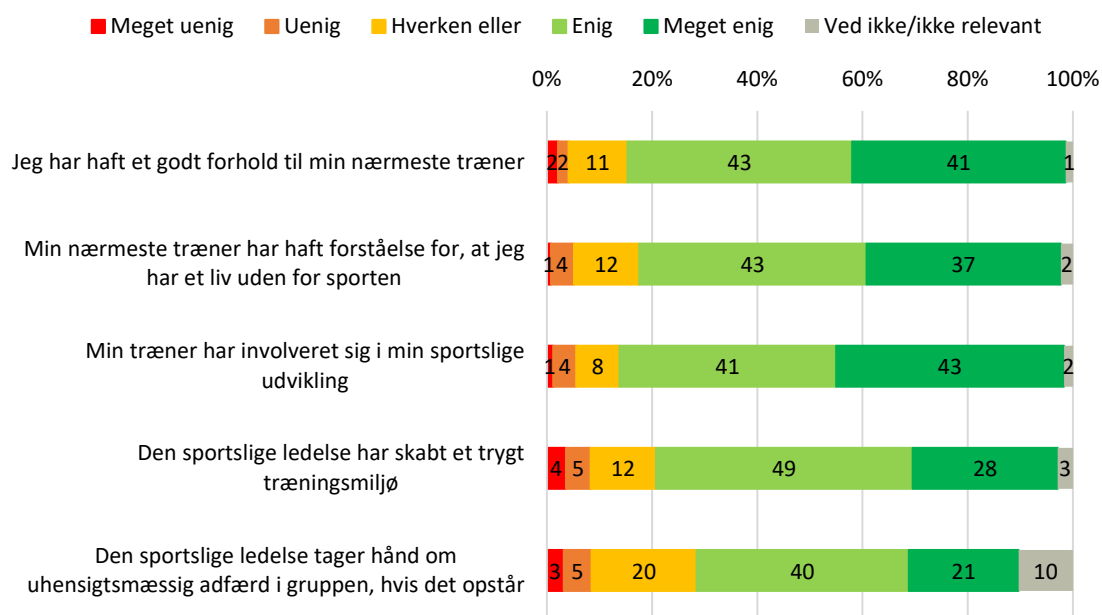
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres klub (n=491).

### 3. Atleternes trænere og ledere

Den sportslige ledelse, dvs. trænere og sportschefer, spiller en afgørende rolle i at skabe sunde sportsmiljøer, hvor atleterne trives. De udgør det tredje niveau i trivselsmodellen.

Årets undersøgelse viser, at størstedelen af atleterne oplever en sund træner- og ledelsesadfærd, hvor atleternes forhold til træneren er godt; hvor trænerne har forståelse for atleternes liv uden for sporten, og hvor træneren involverer sig i spørgsmål om deres sportslige udvikling (grønlig zone). Det fremgår af figur 8.

**Figur 8: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=660).

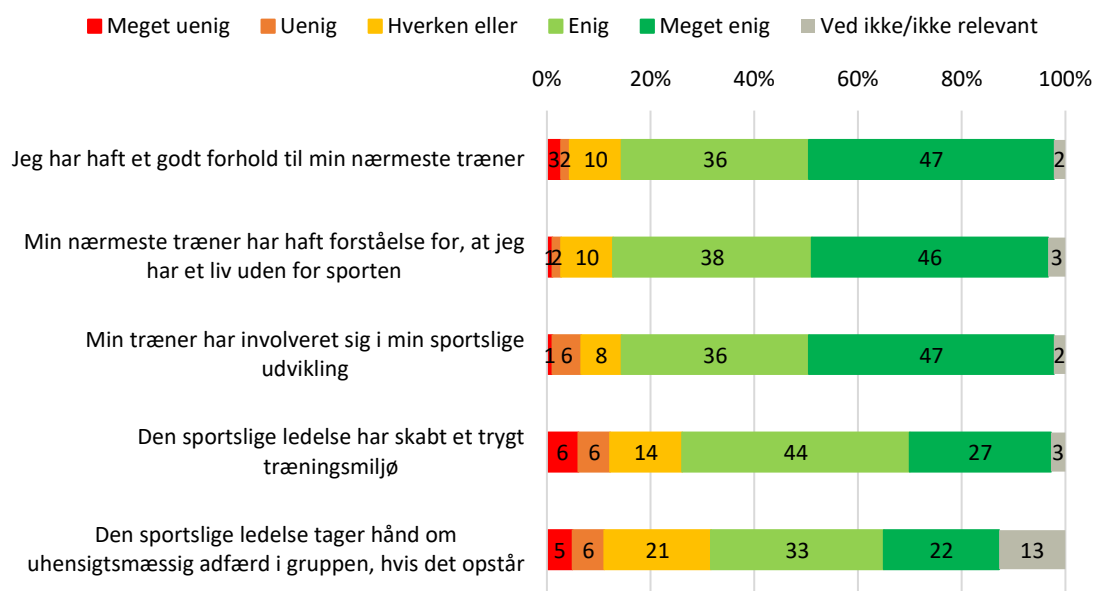
84 pct. af atleterne er således 'meget enige' eller 'enige' i, at de har et godt forhold til deres nærmeste træner, mens 79 pct. på samme måde har en træner, der har forståelse for atleternes liv uden for sporten.

Som det var tilfældet i 2022 og 2021-målingen, stikker særligt ét forhold ud: Der er således væsentligt færre atleter, der er enten 'enige' eller 'meget enige' i, at den sportslige ledelse tager hånd om uhensigtsmæssig adfærd i gruppen, end det er tilfældet på de øvrige spørgsmål på dette niveau af trivselsmodellen (ledelse). Samtidig svarer 8 pct. 'meget uenig' eller 'uenig' til spørgsmålet.

Dog er der knap 1 pct. (i alt fem atleter), der har svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål, og to af atleterne har svaret 'meget uenig' til alle fem spørgsmål.

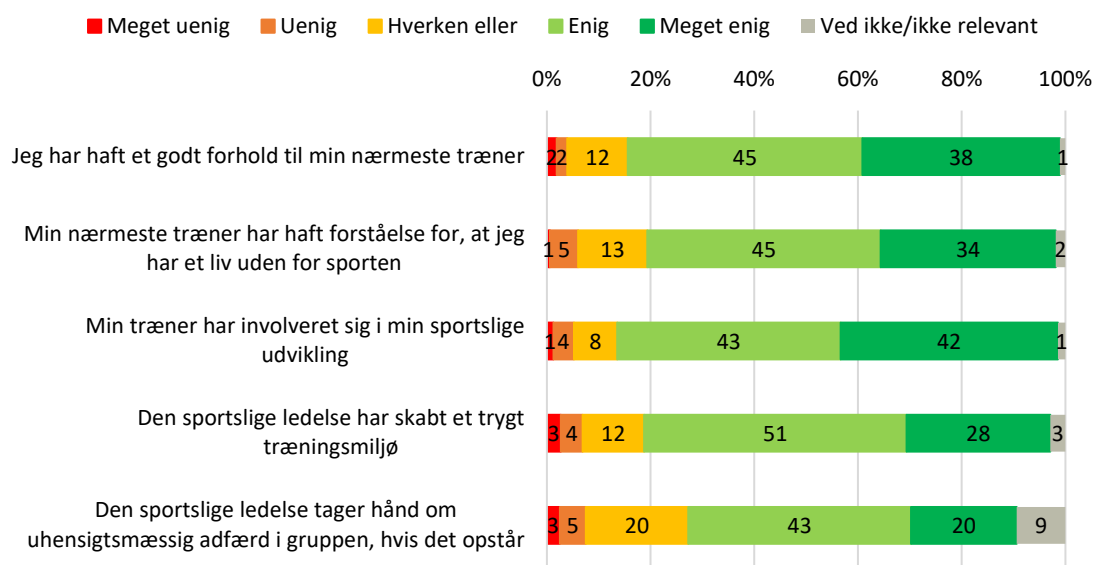
Svarfordelingen på tværs af atleter, hvis primære træningsmiljø er henholdsvis træning med forbund eller klub, kan ses i figur 9 og 10.

**Figur 9: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere – blandt atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=146).

**Figur 10: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere – blandt atleter, hvis træning primært foregår i deres klub (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres klub (n=480).

Det fremgår, at atleternes tilfredshed tenderer til at være størst blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i klubregi, når det gælder de tre sidste spørgsmål i denne del af undersøgelsen.

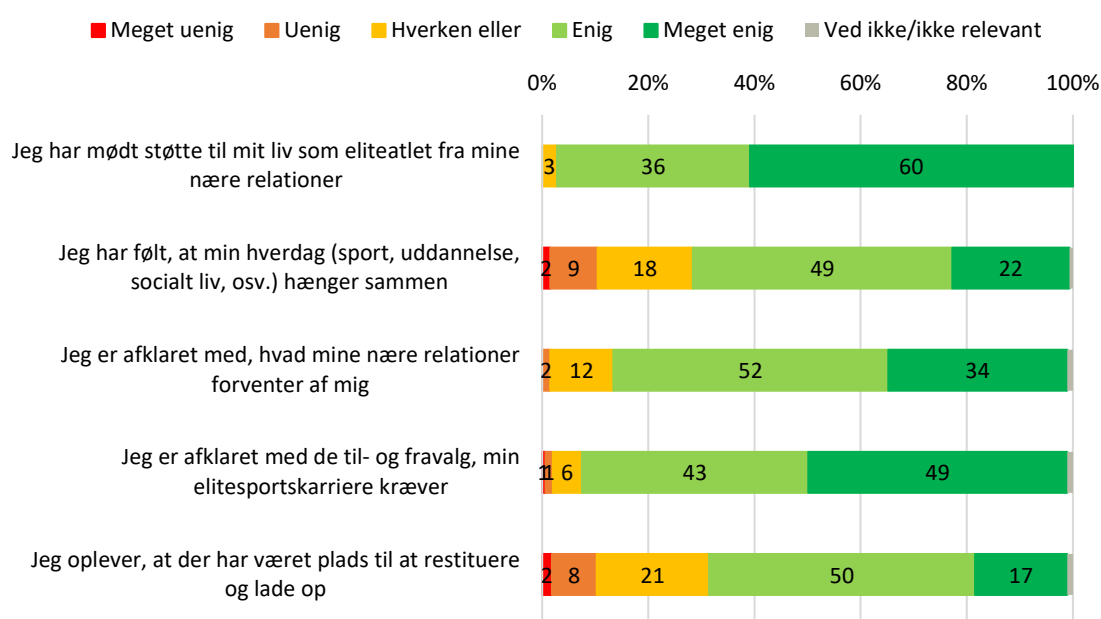
Samtidig viser undersøgelsen, at det som tidligere år er på de to sidste spørgsmål, at der er mere tvetydighed vedr. svarafgivelserne. Her er der flere uanset primært træningsmiljø, der svarer 'hverken/eller', 'ved ikke/ikke relevant' og i de mere rødligere områder end ved andre spørgsmål.

## 4. Atleternes hverdagsliv

Der er mange forhold i atleternes liv, der kan påvirke deres trivsel. Det er blandt andet vigtigt at være opmærksom på, hvilken belastning og støtte atleterne oplever, at de møder fra både deres sport, uddannelse, arbejde, familieliv og andre sociale relationer.

Når det kommer til atleternes hverdagsliv, oplever de fleste atleter, at de får støtte fra deres nære relationer, og at hverdagen hænger sammen (grønlig zone). Majoriteten er ligeledes afklaret med forventninger fra nære relationer samt de til- og fravalg, som elitekarrieren kræver. Det ses i figur 11.

Figur 11: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år' (n=652).

Der er dog også områder, hvor hverdagslivet ser ud til at befinde sig mere i den gullige eller rødlige zone. Det er f.eks. gældende på spørgsmålet om, hvorvidt atleterne har følt, at deres hverdag hænger sammen, men også i forhold til om der er plads til at restituere og lade op. Ved de to spørgsmål er der forholdsvis mange, der svarer 'hverken/eller' og 'uenig' eller 'meget uenig'.

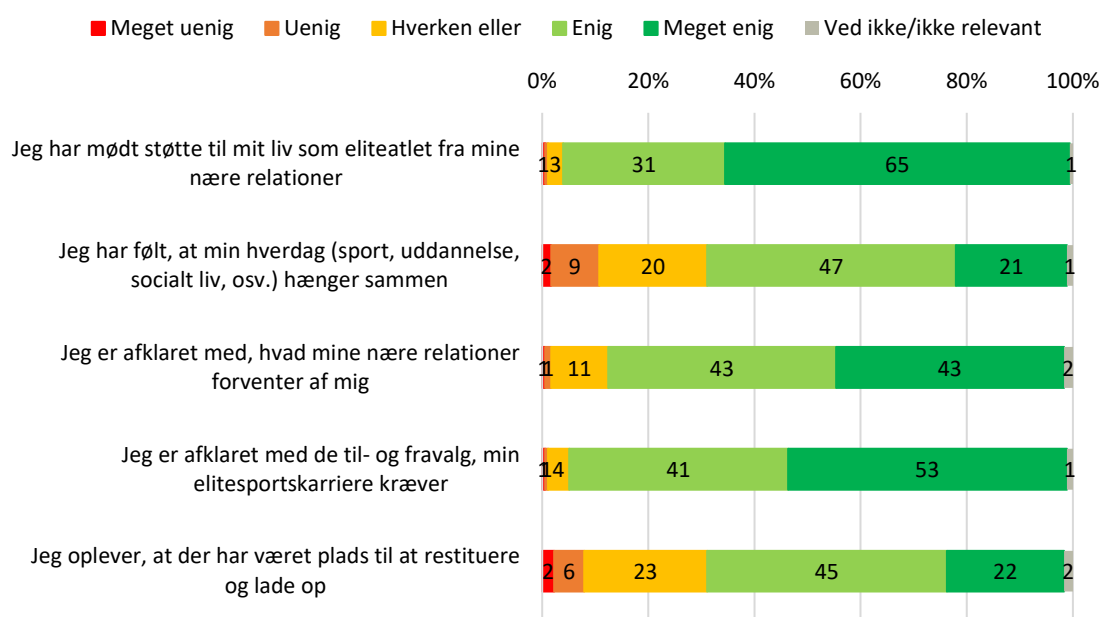
Det er dog ingen af atleterne, der har svaret 'meget uenig' eller 'uenig' på alle fem spørgsmål. Derudover er der ingen store forskelle at spore på tværs af bruttogruppe-, elite- og verdensklasseatleter, set hen over svarene på de fem spørgsmål (se bilag 2, tabel 6).

Dog ser det ud til, at atleter, der dyrker sportsgrene inden for de store holdsportsgrene, er lidt mere enige i udsagnet om, at deres hverdag hænger sammen og, at de har tid til at restituere og lade op end atleter inden for de øvrige holdsportsgrene.

Det ser også ud til, at verdensklasseatleter er lidt mere enige i, at deres hverdag hænger sammen sammenlignet med bruttogruppe- og eliteatleter. Tilsvarende se det også ud til, at verdensklasseatleter er lidt mere enige i udsagnet: "Jeg er afklaret med, hvad mine nære relationer forventer af mig" end de to andre atlettyper.

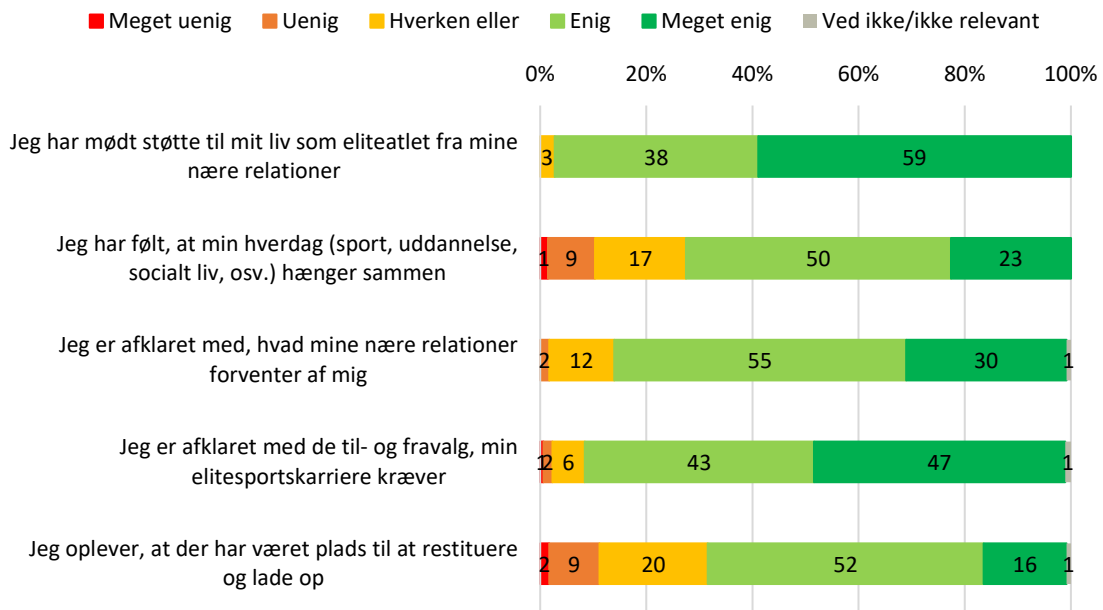
Figur 12 og 13 viser, at der ikke er nævneværdige forskelle på atleter, der har deres daglige træning i klub – over de fem spørgsmål på dette niveau af trivselsmodellen (hverdagslivet) – set i forhold til atleter med primært træningsmiljø i forbundsregi, på elite-, kraftcenter eller lignende.

**Figur 12: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet – blandt atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=177).

**Figur 13: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet – blandt atleter, hvis træning primært foregår i deres klub (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres klub (n=475).

## 5. Grænseoverskridende og problematisk adfærd i eliteidrætten

Der har gennem de senere år været stigende fokus på grænseoverskridende adfærd i eliteidrætten. Senest er der i regi af Anti Doping Danmark (ADD) blevet oprettet en hotline, hvor indplacerede atleter, der er omfattet af Team Danmarks støttekoncept, og trænere, kan indberette adfærd, som kan være i strid med eliteidrættens etiske kodeks.

I denne undersøgelse skelnes der mellem grænseoverskridende adfærd og problematiske konflikter, der kan påvirke trivlsen. Det er vigtigt at være opmærksom på, at alle typer af oplevelser i henseende til begge kategorier er subjektive. Uanset er oplevelser af grænseoverskridende eller problematisk adfærd noget, der bør adresseres.

Årets undersøgelse viser, at 15 pct. samlet set svarer, at de i løbet af året har oplevet grænseoverskridende adfærd fra enten andre atleter, trænere, ledere eller staben (kan ikke aflæses af figuren).

Det er lavere end i 2021-undersøgelsen (22 pct.), men på niveau med 2022-undersøgelsen (17 pct.).<sup>3</sup> Fordelingen på de enkelte svarkategorier fremgår af figur 14.<sup>4</sup>

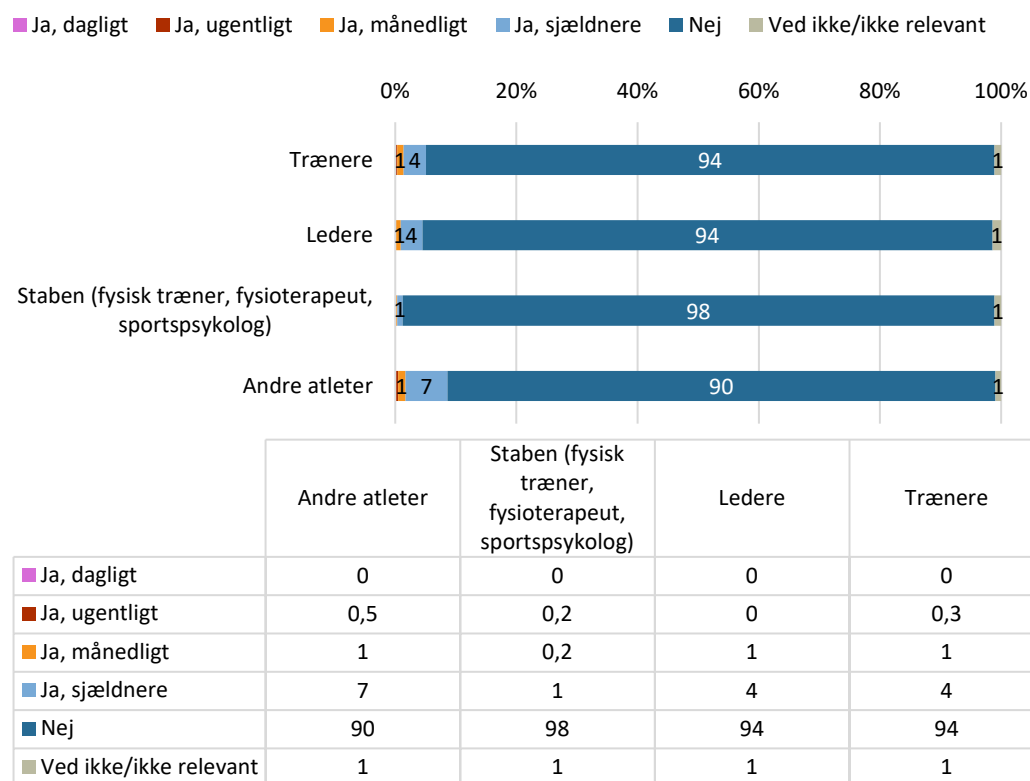
---

<sup>3</sup> Forskellen fra 17 pct. i 2022 til 15 pct. i 2023 er ikke statistisk signifikant.

<sup>4</sup> Spørgsmålsformuleringen er ændret en smule fra 'Har du inden for det seneste år oplevet grænseoverskridende adfærd fra...' (2022) til 'Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd fra...' (2023).



**Figur 14: Andelen af atleter, der har oplevet grænseoverskridende adfærd (pct.)**



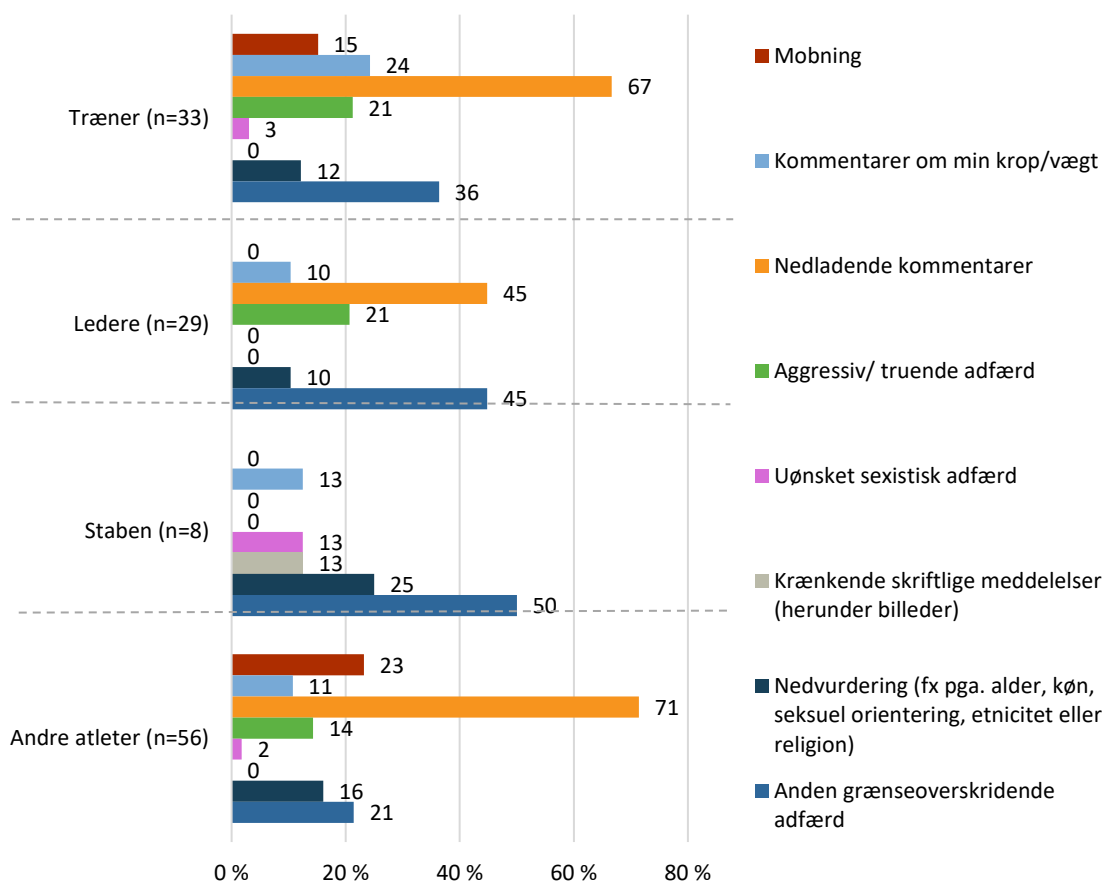
Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år været udsat for grænseoverskridende adfærd fra...' (n=648).

Det kan også ses, at atleterne, der har oplevet grænseoverskridende adfærd, typisk svarer i kategorien: 'ja, sjældnere'. Konkret angiver blot 1 pct. af alle atleterne (i alt seks) at have oplevet grænseoverskridende adfærd enten dagligt eller ugentligt i løbet af året. Desuden kan det ses, at den grænseoverskridende adfærd i de fleste tilfælde kommer fra andre atleter.

Uanset at atleterne set under ét oplever grænseoverskridende adfærd sjældent, så er enhver form for grænseoverskridende adfærd imidlertid problematisk. Undersøgelsen peger, udover, at der er en problematik i forhold til atleternes adfærd over for hinanden, også på, at der er det i forhold til trænere og ledere. Der er kun ganske få tilfælde af grænseoverskridende adfærd fra staben.

Atleterne, der har oplevet grænseoverskridende adfærd, har angivet, hvilke former for grænseoverskridende adfærd de har oplevet. Figur 15 viser, hvilke former for grænseoverskridende adfærd atleterne oplever, og hvem de oplever det fra.

Figur 15: Fordelingen af forskellige typer af grænseoverskridende adfærd (pct.)



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Hvilke former for grænseoverskridende adfærd har du oplevet?' blandt de atleter, der har oplevet grænseoverskridende adfærd (trænere: n=33, ledere: n=29, staben (fysisk træner, fysioterapeut, sportspsykolog): n=8, andre atleter: n=56).

Det kan ses, at atleterne oplever nedladende kommentarer, nedvurdering, kommentarer om krop og vægt samt anden grænseoverskridende adfærd fra både trænere, ledere og andre atleter.

Desuden viser undersøgelsen, at der ikke er væsentlig forskel på besvarelsene mellem de atleter, der har deres primære træningsmiljø i klub versus dem, der har det i forbundsregi. Dog oplever atleter, der har deres primære træningsmiljø i klub i mindre udstrækning grænseoverskridende adfærd.

## Problematiske konflikter

Udover at spørge til grænseoverskridende adfærd er spørgsmålsbatteriet i forrige og dette års undersøgelse udvidet med nogle ekstra spørgsmål vedrørende atleternes oplevelser med problematiske konflikter med andre, der er en del af deres trænings- eller konkurrence-miljø. Her er der ikke tale om decideret grænseoverskridende forhold, men 'mildere' problematikker. Dog er der - som nævnt tidligere - tale om konflikter, der f.eks. kan påvirke atleternes trivsel eller deres præstationer.

Årets undersøgelse viser, at 36 pct. svarer, at de på et tidspunkt i løbet af året har oplevet problematiske konflikter med enten andre atleter, trænere, ledere eller staben. Set i forhold til undersøgelsen fra 2022, er det nogenlunde tilsvarende (35 pct.).

Opdelt på de nævnte relationer fremgår det af figur 16, at svarene i majoriteten af besvarelserne falder i 'nej'-kategorien på de enkelte spørgsmål. Dvs., at langt de fleste atleter ikke oplever problematiske konflikter. Ud af alle atleterne er det eksempelvis knap 4 pct. (i alt 23), der svarer, at de enten dagligt eller ugentligt har oplevet problematiske konflikter med relationerne.

For de atleter, der angiver at have oplevet problematiske konflikter i løbet af året, falder de fleste af deres besvarelser i kategorien 'ja, sjældnere'. Få svarer desuden i kategorierne 'ja, dagligt' eller 'ja, ugentligt' over de fire typer af relationer.<sup>5</sup> For langt majoriteten af atleterne er denne type konflikter altså ikke hverdagsproblematikker. Ikke desto mindre forekommer der at være en problematik, der bør adresseres.

Der er ikke markante forskelle mellem atleter, der træner i henholdsvis klubregi og forbundsregi. Der er dog en tendens til, at atleter, der primært træner i klubregi, i lidt højere grad end atleter, der træner i forbundsregi, har oplevet problematiske konflikter med deres trænere.

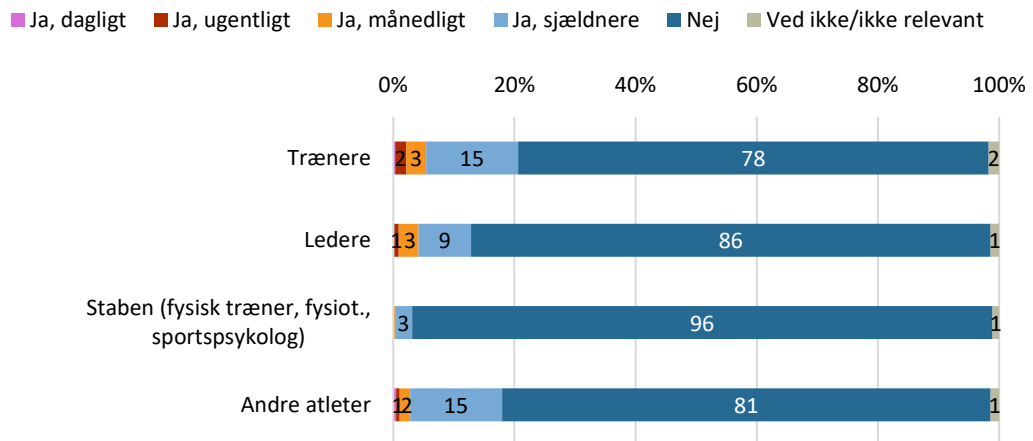
Omvendt forholder det sig i forhold til ledere, hvor det i højere udstrækning er atleter med primært træningsmiljø i forbundsregi, end i klubregi, der oplever problematiske konflikter.

I forhold til problematiske konflikter med andre atleter ser det desuden ud til, at det i lidt højere udstrækning er atleter med primært træningsmiljø i regi af forbund, der oplever dem. Der er dog stadig tale om, at svarene primært ligger i kategorien 'ja, sjældnere'.

---

<sup>5</sup> 10 pct. af de atleter, der har oplevet problematiske konflikter i løbet af året, har oplevet det enten dagligt eller ugentligt med enten trænere, ledere, staben eller andre atleter.

**Figur 16: Andelen af atleter, der har oplevet problematiske konflikter (pct.)**



	Andre atleter	Staben (fysisk træner, fysiot., sportspsykolog)	Ledere	Trænere
■ Ja, dagligt	0,5	0	0,2	0,3
■ Ja, ugentligt	1	0	1	2
■ Ja, månedligt	2	0,3	3	3
■ Ja, sjældnere	15	3	9	15
■ Nej	81	96	86	78
■ Ved ikke/ikke relevant	1	1	1	2

Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år oplevet andre problematiske konflikter (der påvirker din trivsel eller evne til at præstere) med....?' (n=545).

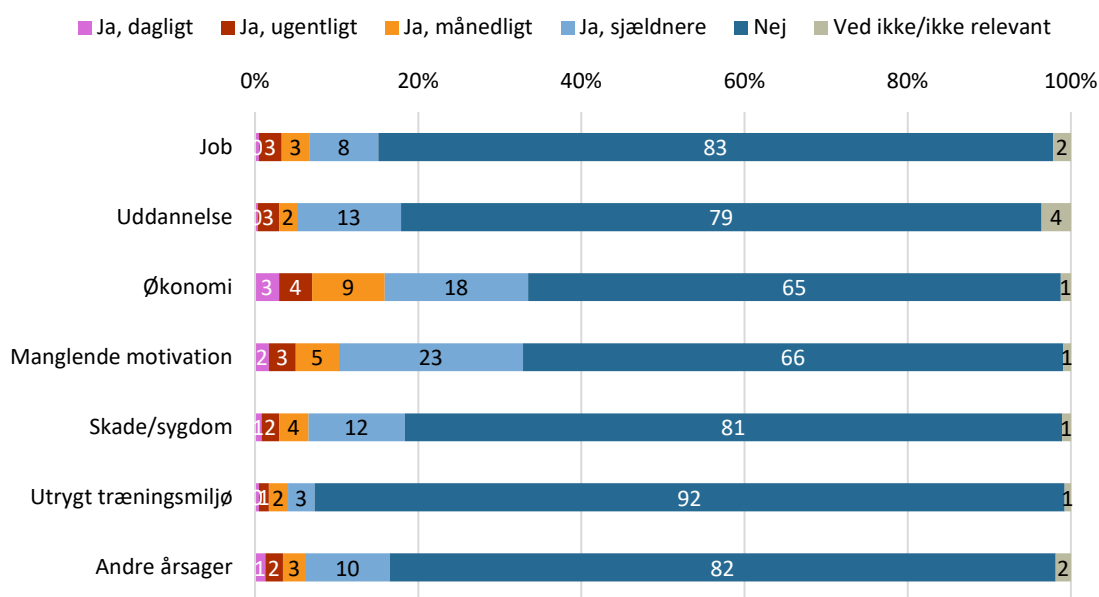
## 6. Overvejelser om elitekarrierestop

Det øgede fokus på atletes mentale trivsel skal blandt andet være med til at fastholde dem i elitesporten på længere sigt. Derfor er det interessant at få nærmere indsigt i, hvorvidt atleterne løbende overvejer at indstille deres elitesportskarriere. Atleternes svar på spørgsmålet om overvejelser vedrørende karrierestop kan også indirekte give indblik i, om atleterne trives i deres elitesportskarriere.

Svarerne viser overordnet set, at 59 pct. af atleterne har overvejet at stoppe med deres elitesport inden for det seneste år, hvilket er en stigning siden 2022 (55 pct.). De 59 pct. dækker over atleter, der enten dagligt, ugentligt, månedligt eller sjældnere har overvejet at indstille deres elitesportskarriere på grund af job, uddannelse, økonomi, manglende motivation, skade eller sygdom, utrygt træningsmiljø eller andre årsager.

Det fremgår af figur 17, at økonomi og manglende motivation er de udfordringer, der giver flest atleter anledning til at overveje at indstille elitesportskarrieren.

**Figur 17: Andelen af atleter, der har overvejet at indstille deres elitesportskarriere (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år overvejet at stoppe med at dyrke elitesport på grund af udfordringer med...' (n=642).

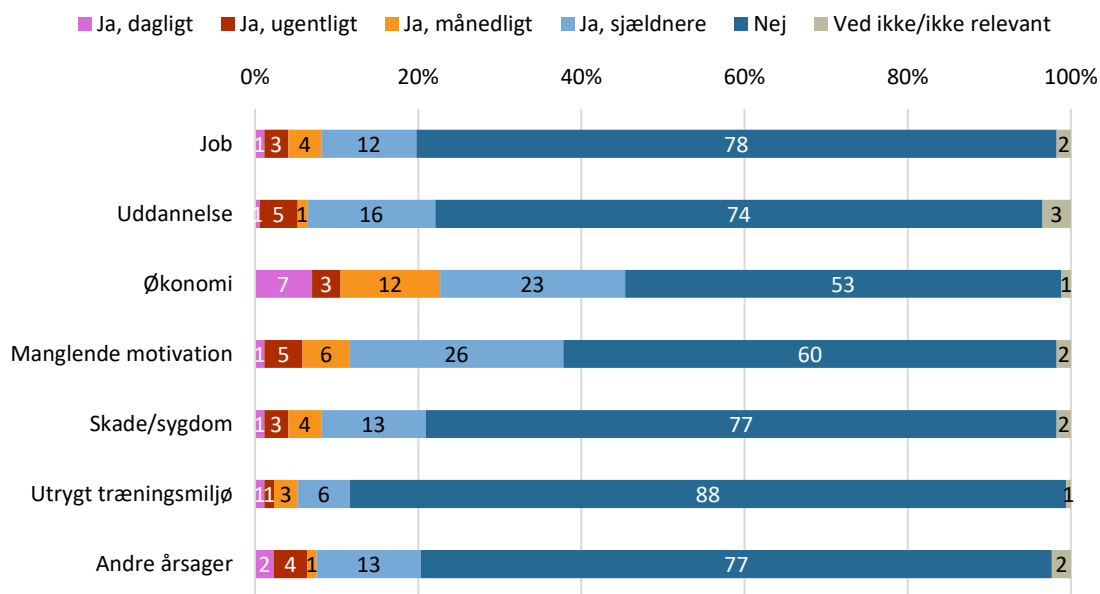
Kun få atleter oplever et utrygt træningsmiljø, der ugentligt (1 pct.), månedligt (2 pct.) eller sjældnere end månedligt (3 pct.) giver anledning til at stoppe.

'Andre årsager' dækker blandt andet over, at det er svært at kombinere en elitesportskarriere med familieliv/familieforøgelse, at elitesportskarrieren betyder mange sociale afkald, ligesom der peges på problemer med den sportslige ledelse i forbundet, hvor der er en oplevelse af, at det ikke er atletens sportslige ambitioner og resultater, der i centrum, men derimod lederens og trænerens principper.

Derudover påpeger atleterne en manglende tro på, at sporten er en realistisk levevej. Tvivlen opstår bl.a. i forlængelse manglende udtagelse til f.eks. EM, VM eller OL, eller pga. langvarige skader. Alle disse forhold angives i spørgeskemaets åbne svarkategori.

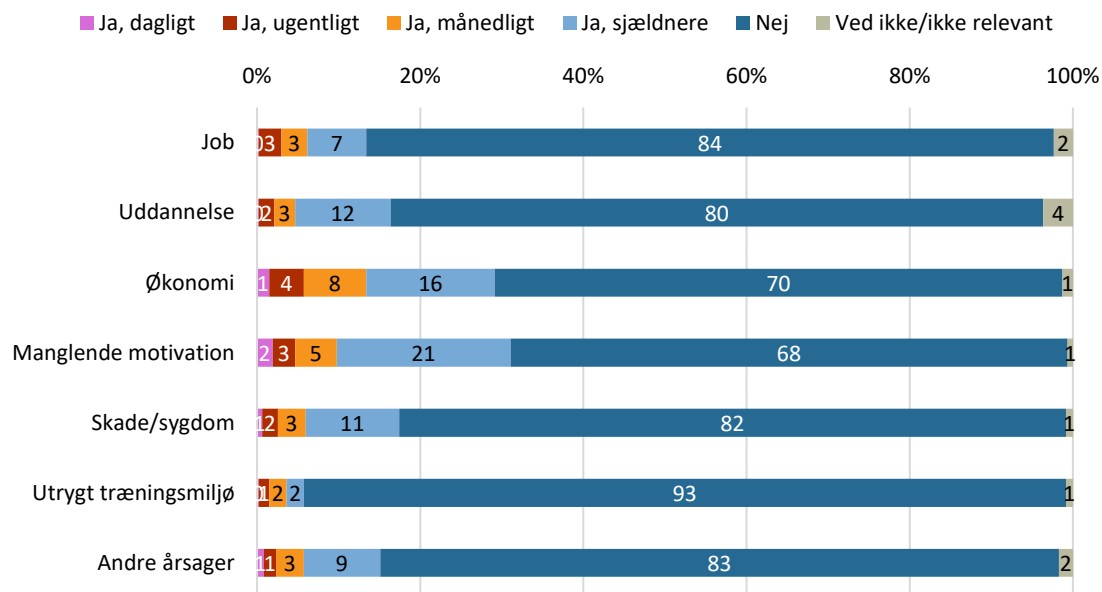
Figur 18 og 19 viser, at atleter, der primært træner i regi af forbund i større udstrækning end atleter, der primært træner i klubregi, har overvejet at stoppe inden for det seneste år.

**Figur 18: Andelen af atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende, som har overvejet at indstille deres elitesportskarriere (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år overvejet at stoppe med at dyrke elitesport på grund af udfordringer med...'. Blandt atleter, hvis træning primært foregår med deres forbund på elitecenter, kraftcenter eller lignende (n=172).

**Figur 19: Andelen af atleter, hvis træning primært foregår i deres klub, der har overvejet at indstille deres elitesportskarriere (pct.)**



Figuren viser svarfordelingen til spørgsmålet: 'Har du inden for det seneste år overvejet at stoppe med at dyrke elitesport på grund af udfordringer med...'. Blandt atleter, der har deres primære træningsmiljø i deres klub (n=470).

## Bilag 1: Undersøgelsens datagrundlag

Svarprocenten på spørgeskemaet til atleterne er 52 pct., hvilket fremgår af nedenstående tabel. Dog har alle respondenter ikke svaret på alle spørgsmål i spørgeskemaet. Det betyder, at der på nogle af spørgsmålene kan være en lidt lavere svarprocent. Alle deltagerne i brugerundersøgelsen er sikret anonymitet. Derfor afrapporteres der ikke svar på forbunds-niveau eller på andre måder, der kan kompromittere anonymiteten.

**Tabel 1: Atletbesvarelser fordelt på støttekategori**

	Total	Bruttogruppe	Elite	Verdensklasse
Modtog spørgeskema	1.246	695	386	165
Besvarede spørgeskema	642	391	175	76
Svarprocent	52	56	45	46

Tabellen viser undersøgelsens datagrundlag. Total og på tværs af støttekategorier.

**Tabel 2: Besvarelser fordelt på specialforbund**

	Modtog spørgeskema (antal)	Besvarede spørgeskema (antal)	Svarprocent 2023 (pct.)
Badminton Danmark	59	27	46
Bordtennis Danmark	6	6	100
Danmarks Bowling Forbund	16	14	88
Danmarks Brydeforbund	5	4	80
Danmarks Cykle Union	79	49	62
Danmarks Ishockey Union	141	43	30
Danmarks Motor Union	15	11	73
Dans Danmark	28	14	50
Dansk Atletik Forbund	39	25	64
Dansk Automobil Sports Union	33	9	27
Dansk Boldspil-Union	218	92	42
Dansk Curling Forbund	5	4	80
Dansk Forening for Rosport	37	24	65
Dansk Golf Union	64	37	58
Dansk Håndbold Forbund	185	96	52
Dansk Kano og Kajak Forbund	49	36	73
Dansk Orienterings-Forbund	29	17	59
Dansk Ride Forbund	29	14	48
Dansk Sejlunion	72	37	51
Dansk Skytte Union	16	6	38
Dansk Skøjte Union	4	3	75
Dansk Tennis Forbund	5	2	40
Parasport Danmark	40	29	73
SvømDanmark	50	28	56
Triatlon Danmark	22	15	68

Tabellen viser undersøgelsens datagrundlag fordelt på forbund.



På baggrund af de deltagende Team Danmark-atleters tilhørsforhold til specialforbundene kan man vurdere, om enkelte idrætter er over- eller underrepræsenterede i undersøgelsen.

Generelt er alle specialforbund godt repræsenterede i svarsamplet. Fodbold- (DBU) og ishockeyspillerne er de grupper, der stikker mest ud ved at være underrepræsenteret i samplet. Desuden er der også en mindre kønsmæssig underrepræsentation af mænd, hvilket hænger sammen med fodbold- og ishockeyspillernes underrepræsentation.

Herudover er der nogen variation i de forskellige forbunds svarprocenter, hvilket i høj grad hænger sammen med, at der er relativt få atleter inden for mange af forbundene, og at der derfor ikke skal meget til, for at tallene varierer meget.

Ikke desto mindre er svarprocenterne i undersøgelsen tilfredsstillende, særligt når man tager i betragtning, at der er tale om atleter med en travl hverdag.

## Bilag 2: Øvrige tabeller

**Tabel 3: Atleternes generelle tilfredshed – fordelt på støttekategori og forbund (gennemsnit på en skala fra 1-5)**

	Støttekategori			Forbund		Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto-gruppe-atleter	Elite-atleter	Verdens-klasseatleter	Store	Øvrige			
Jeg har været i stand til at håndtere udfordringer, jeg har mødt	4,07	3,99	4,23	4,13	4,04	4,07	4,15	N/A
Min hverdag har været fyldt med ting, som interesserer mig	4,19	4,18	4,35	4,22	4,20	4,20	4,18	4,20
Jeg har følt, at jeg var i stand til at træffe vigtige beslutninger i mit liv	4,06	4,14	4,27	4,13	4,09	4,10	4,13	4,11
Jeg har oplevet mit liv som atlet som meningsfuldt	4,17	4,01	4,21	4,21	4,08	4,13	4,13	4,12
Jeg har haft lyst til at engagere mig socialt	3,99	4,01	3,99	4,09	3,94	3,99	4,07	4,07

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige trivsel for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total (n=682) og fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet: 'Jeg har været i stand til at håndtere de udfordringer, jeg har mødt' erstatter et tidligere spørgsmål. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

**Tabel 4: Atleternes tilfredshed med det daglige træningsmiljø – fordelt på støttekategori og forbund (gennemsnit på en skala fra 1-5)**

	Støttekategori			Forbund		Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Brutto-gruppe-atleter	Elite-atleter	Verdens-klasseatleter	Store	Øvrige			
Jeg har følt, at jeg har kunne udvikle mig i mit daglige træningsmiljø	4,17	4,12	4,03	4,22	4,1	4,14	4,15	4,13
Jeg har følt mig tryk i mit daglige træningsmiljø	4,35	4,28	4,26	4,36	4,36	4,32	4,35	4,30
Jeg har haft en god relation til de andre atleter, der er en del af mit daglige træningsmiljø	4,38	4,29	4,25	4,44	4,44	4,34	4,39	4,36
Jeg har følt mig tryk ved at sige min mening i mit daglige træningsmiljø	4,07	4,13	4,22	4,05	4,05	4,10	4,16	4,08
Jeg har følt mig som en del af fællesskabet i mit daglige træningsmiljø	4,28	4,26	4,25	4,34	4,34	4,27	4,32	N/A

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total (n=668) og fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet 'Jeg har følt mig som en del af fællesskabet i mit daglige træningsmiljø' erstatter et tidligere spørgsmål. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

**Tabel 5: Atleternes tilfredshed med trænere og ledere – fordelt på støttekategori og forbund (gennemsnit på en skala fra 1-5)**

	Støttekategori			Forbund		Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Bruttogruppeatleter	Eliteatleter	Verdensklasseatleter	Store	Øvrige			
Jeg har haft et godt forhold til min nærmeste træner	4,19	4,21	4,18	4,04	4,28	4,19	4,22	4,20
Min nærmeste træner har haft forståelse for, at jeg har et liv uden for sporten	4,10	4,21	4,16	3,94	4,25	4,14	4,17	4,14
Min træner har involveret sig i min sportslige udvikling	4,23	4,27	4,11	4,10	4,31	4,23	4,29	4,20
Den sportslige ledelse har skabt et trygt træningsmiljø	3,97	3,93	3,88	4,00	3,92	4,95	4,00	4,12
Den sportslige ledelse tager hånd om uensigtsmæssig adfærd i gruppen, hvis det opstår	3,82	3,76	3,69	3,84	3,75	3,79	3,81	3,75

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total (n=651) og fordelt på støttekategori og forbund. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

**Tabel 6: Atleternes tilfredshed med hverdagslivet – fordelt på støttekategori og forbund (gennemsnit på en skala fra 1-5)**

	Støttekategori			Forbund		Alle 2023	Alle 2022	Alle 2021
	Bruttogruppetleter	Eliteatlet	Verdensklasseatlet	Store	Øvrige			
Jeg har mødt støtte til mit liv som eliteatlet fra mine nære relationer	4,55	4,61	4,50	4,61	4,54	4,56	4,61	4,65
Jeg har følt, at min hverdag (sport, uddannelse, socialt liv, osv.) hænger sammen	3,79	3,80	3,96	3,94	3,75	3,82	3,81	3,72
Jeg er afklaret med, hvad mine nære relationer forventer af mig	4,14	4,20	4,36	4,25	4,14	4,18	4,17	N/A
Jeg er afklaret med de til- og fravalg, min elitesportskarriere kræver	4,37	4,44	4,39	4,41	4,38	4,39	4,41	4,34
Jeg oplever, at der har været plads til at restituere og lade op	3,77	3,68	3,69	3,82	3,69	3,73	3,69	3,62

Tabellen viser atleternes gennemsnitlige tilfredshed for hver af de fem spørgsmål. Gennemsnittene er beregnet ud fra spørgsmålet: 'Sæt kryds ud fra det svar, som bedst beskriver, hvordan du overordnet set har haft det i løbet af det seneste år', hvortil atleterne har kunnet svare '1: meget uenig, 2: uenig, 3: hverken eller, 4: enig, 5: meget enig'. Der har desuden været en svarkategori 'ved ikke/ikke relevant', som ikke er medtaget i gennemsnittet. Total (n=650) og fordelt på støttekategori og forbund. Bemærk, at spørgsmålet: 'Jeg er afklaret med, hvad mine nære relationer forventer af mig' erstatter et andet spørgsmål fra 2021-undersøgelsen. 'Store' forbund dækker over fodbold, håndbold og ishockey, som adskiller sig fra de øvrige specialforbund på en række områder (medieopmærksomhed, sponsorpotentiale, professionalisering mv.).

